

Z

I

V

O

S

Zeitschrift für Integration und Vielfalt in Osnabrück

Porträt

Deutschlehrerin aus Leidenschaft —
Irene Vogel
Seite 1-2

Wir alle sind Osnabrück

Sprachtests — Ein Erfahrungsbericht
Seite 2

Stadtbibliothek Osnabrück: Angebo-
te für Zugewanderte
Seite 3

Ferienpass für Kinder und Jugendli-
che
Seite 3

Psychosoziale Unterstützung für
Geflüchtete in Osnabrück
Seite 4-5

25 Jahre Chor "Wolgawelle" - Deut-
sche aus Rußland
Seite 7

Selbstständige Migranten

ASA — der kultursensible Pflegedienst
Seite 6

Feste und Bräuche

Kindergeschichte: Die Regenbogen-
schaukel
Seite 7

Purnima-Fest
Seite 8

Amerikanisches Rezept

Hamburger pie with carrots and
peas sauce
Seite 8

Deutschlehrerin aus Leidenschaft — Irene Vogel

Irene Vogel liebt ihren Beruf: Sie ist Leh-
rerin für Deutsch.

In Kasachstan aufgewachsen, studierte
sie dort Deutsch und Russisch. Als sie
1990 von Kasachstan nach Deutschland
kam, sagte man ihr beim Arbeitsamt:
„Sie haben keine Chance, wieder in ih-
rem Beruf zu arbeiten.“ Mit Ehrgeiz,
Engagement und einer Portion Glück
schaffte sie es dennoch, wieder als
Deutschlehrerin Fuß zu fassen. Etwa
5000 Menschen hat sie in den letzten
zwanzig Jahren in Deutsch ausgebildet,
schätzt sie. Auf der Straße begegnen ihr
oft ehemalige Schüler.

In Kasachstan hatten sie zuhause
Deutsch gesprochen. In der Schule hin-
gegen sprach man Russisch, Deutsch
wurde nur als Fremdsprache unterrich-
tet. Nach dem Studium arbeitete Irene
Vogel ein Jahr als Deutschlehrerin an

einer allgemeinbildenden
Schule und bildete danach elf
Jahre lang an einer Hochschu-
le Deutschlehrer im theoretischen und praktischen Be-
reich aus. Auf die Frage, wa-
rum sie 1990 nach Deutsch-
land gekommen sei, holt sie
aus: Sie erzählt von der Ge-
schichte der Russlanddeut-
schen seit dem ersten Welt-
krieg, von Deportationen in
andere Gebiete und in Ar-
beitslager, der Verletzung
ihrer Rechte und dem Ignorie-
ren ihrer Belange.

„Wir konnten dort
leben, aber unsere Sprache, Kultur und
Religion, unsere Identität waren zum
Aussterben verurteilt“, erklärt sie. „Im
Jahr 1989 hat Deutschland dann das Tor
aufgemacht, und meine Familie und ich
haben die Chance ergriffen.“ Bevor sie
als sogenannte „Aussiedler“ nach
Deutschland kommen konnten, muss-
ten sie ihre Deutschstämmigkeit nach-
weisen. Die Behörden erkannten zu-
nächst Irene Vogels Diplom als Deutsch-
lehrerin nicht an, sie musste an der Uni
Osnabrück mehrere Kurse nachmachen.
Parallel dazu machte sie eine Ausbil-
dung zur Kauffrau für Bürokommunika-
tion und legte eine Prüfung als Fremd-
sprachenkorrespondentin ab. Nun
konnte sie als Übersetzerin und Dolmet-
scherin arbeiten.

Weiter Seite 2 ▶



„Deutschland war überfordert mit dem Zustrom von Aussiedlern und konnte ihr Potenzial nur zu dreißig bis vierzig Prozent nutzen“, ist Irene Vogel überzeugt. „Heute gibt es eine Willkommenskultur und viele Beratungsstellen. Früher mussten wir vieles alleine machen.“

Schon in den ersten Jahren in Deutschland engagierte sie sich in der Landmannschaft der Russlanddeutschen in Glandorf. Mit Gleichgesinnten gründete sie einen deutsch-russischen Chor, probte mit Kindern Theaterstücke und organisierte Reisen mit Jugendlichen.

In der Hauptschule Glandorf gab sie Schülern Deutsch-Förderunterricht. Seit 2002 ist Irene Vogel im Vorstand des Vereins, sie ist Schriftführerin und macht weiterhin Kultur- und Projektarbeit. Aber wie hat sie es geschafft, weiter in ihrem Beruf zu arbeiten? „Ich war Teilnehmerin eines berufsbezogenen Kurses, der Lehrer machte keinen guten Unterricht“, erinnert sie sich. „Als ich mich am Kursende bei der Schulleiterin beschwerte, sagte sie zu mir: Vielleicht wollen Sie als Lehrerin bei uns anfangen?“ „Es gibt noch Wunder“, ist Irene Vogel überzeugt.

Barbara Behnen

Sprachtests — Ein Erfahrungsbericht

Wenn man in ein Land umzieht, sollte man vor allem die Sprache des Landes beherrschen, um die Kultur bzw. die Tradition kennenlernen zu können. Die Sprache eines fremden Landes ist quasi der Schlüssel zur Integration.

Ich als Syrer bin ich gegen meinen Willen wegen des Krieges nach Deutschland gekommen. Ich habe dennoch immer daran gedacht, wie wichtig die deutsche Sprache ist, damit ich mich in der deutschen Gesellschaft integrieren kann. Beim Erlernen der deutschen Sprache sind die Niveaus B1, B2 und C1 zu unterscheiden. Das Niveau B1 umfasst die alltägliche Sprache und das berufliche Leben, und man kann mit diesem Niveau zum Einkaufen gehen sowie Termine vereinbaren. Darüber hinaus können diejenigen, die das Niveau B1 abgeschlossen haben, handwerkliche Ausbildungen machen. Das Niveau B2 ist Voraussetzung, wenn man eine Ausbildung absolvieren möchte, die mit einem zukünftigen Studium verbunden wird, beispielsweise Verwaltungsfachangestellter oder Kaufmann für Büromanagement. Es gibt aber auch an einigen Fachhochschulen und Universitäten Studiengänge, für die das Niveau B2 Voraussetzung ist, um sich einschreiben zu können, beispielsweise Master

Management in Non-Profit-Organisationen an der FH Osnabrück. Letztendlich ist das Niveau C1 erforderlich, wenn man ein neues Fach studieren bzw. das Studium fortsetzen möchte, als Master oder Doktorand.

Derzeit gibt es in Deutschland zahlreiche Kurse, von der Alphabetisierung bis zu fortgeschrittenen Niveaus wie C1 oder C2. Die meisten Kurse sind für Geflüchtete kostenfrei und werden entweder von der Stadt sowie den Gewerkschaften oder von privaten Instituten angeboten. Das Problem bei solchen Kursen ist, dass die Lehrmethoden der Lehrer oft nicht dem Leistungsstand der Teilnehmer entsprechen. Außerdem unterscheidet sich die Struktur bei den verschiedenen Kursangeboten, so dass es für die Teilnehmer oft schwer ist, die Sprache zu erwerben.

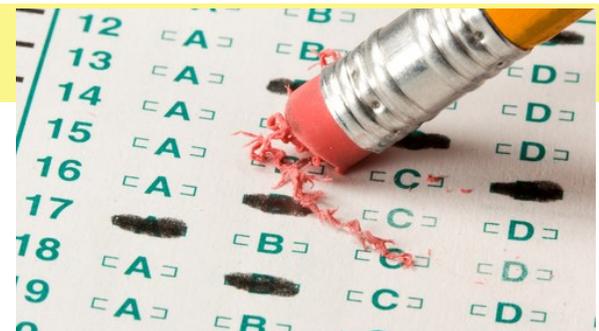
Wenn man eine fremde Sprache lernen möchte, ist es am wichtigsten, Kontakte zu knüpfen. In Wahrheit habe ich die deutsche Kultur durch den Kontakt zu Deutschen kennengelernt. Durch Kontakte kann man das anwenden, was man in dem Kurs gelernt hat. Bei mir war die Situation so, dass ich immer gearbeitet und nie zu Hause gegessen

habe. Ich habe sowohl ehrenamtliche als auch bezahlte Arbeit gemacht. Außerdem habe ich sogar Dinge gelernt, die man niemals bei einem Kurs lernen könnte, z.B., dass es Tabuthemen gibt, wenn man sich mit Leuten trifft.

Was ich aber nicht nachvollziehen kann, ist, dass ich mit dem Niveau B2 an der Universität nicht studieren kann, obwohl ich an ein paar Vorlesungen teilgenommen und alles verstanden habe, was unterrichtet wurde. Gleichzeitig gibt es internationale Studenten, die das Niveau B1 kaum sprechen und sich an der Universität einschreiben können.

Ich bin der Meinung, dass man schnellstmöglich die Sprache lernen muss, wenn man in ein neues Land zieht. Neben dem Lernen soll man Kontakte knüpfen, denn es gibt immer Menschen, die einem mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Mahmoud Tarabishi



Stadtbibliothek Osnabrück: Angebote für Zugewanderte



Die Gruppe „Spaß mit Deutsch“. Foto : Sylvie Höcker

Die Stadtbibliothek am Markt und der Bücherbus in Osnabrück bieten rund 20.000 Titel an, sowohl Bücher, darunter Ratgeber und Sach- und Fachbücher, als auch Zeitungen, Zeitschriften, Noten, audiovisuelle Medien und Lernhilfen. Viele Bücher können in unterschiedlichen Sprachen ausgeliehen werden. Um sich etwas auszuleihen, wird ein Leihausweis benötigt, der im Voraus beantragt werden muss. Die Anleitung hierfür bietet die Stadtbibliothek in vielen verschiedenen Sprachen an, wie z.B. in Arabisch, Türkisch oder Französisch.

Neben der Ausleihe gibt es zahlreiche weitere Angebote der Stadtbibliothek Osnabrück. Das Programm erscheint monatlich. Es finden beispielsweise Vorlesestunden für Kinder ab 3 Jahren und Büchertreffs für Kleinkinder ab 18 Monaten statt, in denen Lieder gesungen und Erzählverse bzw. Reime aufgesagt werden. All diese sind auch für Kinder geeignet, für die Deutsch

eine Zweitsprache ist. Darüber hinaus wird für Jugendliche zwischen 15 und 20 Jahren ein „Buch Club“ angeboten, in dem über Bücher diskutiert und über aktuelle Themen geredet wird.

Speziell für Migranten läuft der Kurs „Spaß mit Deutsch“. Der Deutschkurs wird von Ehrenamtlichen geleitet. Ich habe eine Mitarbeiterin der Stadtbibliothek zum Kurs befragt:

Aus welchem Grund bieten Sie etwas für Migranten an?

„Wir sind ein öffentlicher Ort und möchten für alle etwas anbieten. Wir wollen die Leute willkommen heißen. Der Bedarf ist auf jeden Fall auch da.“

Werden die Kurse gut angenommen und besteht Interesse?

„Es gibt viele interessierte Teilnehmer, die an dem Kurs teilnehmen. Wöchentlich werden fünf Kurse gegeben, die fast immer mit 10 – 15 Leuten besetzt sind, zum Teil sind es auch Leute, die schon länger in Deutschland sind.“

Ganz besonders hebt sie hervor, dass es ein Kurs für alle Altersgruppen und Nationalitäten ist, in dem es um das Kennenlernen, Austausch und vor allem um das Sprechen geht. Außerdem sollen die Kurse als freie Angebote angesehen werden, in dem kein Druck herrscht, wie es der Fall ist, wenn z.B. Prüfungen anstehen. Es wird viel mit Lernbüchern und Lernmedien gearbeitet und gelernt, da sie sehr praktikabel angewendet werden und effektiv sind.

Interesse an „Spaß mit Deutsch“?

Der Kurs findet Montag – Donnerstag nachmittags zwischen 15 und 18 Uhr statt. Am Montag wird ein Kurs von 10-11:30 Uhr angeboten. Stadtbibliothek am Markt, Markt 1, Osnabrück. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Ayfer Karapinar

Ferienpass

für Kinder und Jugendliche

Osnabrück ist eine familienfreundliche Stadt. Das sieht man schon an liebevoll gestalteten Spielplätzen wie den mit einem Schiff bei Saturn in der Innenstadt und den Angeboten der Familienzentren und Stadtteiltreffs wie Haus der Jugend, Westwerk, Ostbunker Ziegenbrink, Lerchenstraße, Heiligenweg und Mehrgenerationenhaus.

Eine besonders aktive Zeit im Jahr sind die Sommerferien, die 2018 vom 28. Juni bis zum 08. August gehen. Hier bietet die Stadt zusammen mit den genannten Zentren und freien Trägern wie dem Stadtsportbund viele interessante, trendige und abwechslungsreiche Veranstaltungen für 4- bis 17-Jährige an. Es gibt u.a. ein- und mehrtägige Aktivitäten, Ferienbetreuung im Hort und Ausflüge. Die „Eintrittskarte“ hierfür ist der Ferienpass. An vielen Veranstaltungen kann spontan ohne Anmeldung teilgenommen werden, und die meisten sind kostenfrei. Generell können auch Kin-

Ferienpass



28. Juni bis
8. August

2018

der mit Behinderungen an allen Veranstaltungen teilnehmen. Es empfiehlt sich aber, beim Ferienpass-Büro bei Interesse an einer Veranstaltung Bescheid zu sagen, um Einzelheiten zu klären und die Teilnahme zu erleichtern. Der Ferienpass berechtigt auch zu einigen Eintritten im Schwimmbad, im Zoo und zum Minigolf-Spielen am Rubbenbruchsee. Einige Höhepunkte sind die Eröffnungsfeier im Haus der Jugend am 28. Juni von 10 bis 13 Uhr, Besuche bei Polizei und Feuerwehr und seit letztem Jahr auch mehr Angebote für Menschen zwischen 13 und 17 Jahren.

Den Ferienpass bekommen 4- bis 17-Jährige beim Ferienpass-Büro im Haus der Jugend, bei der Sparkasse und vielen anderen Stellen in Osnabrück (siehe Hinweise am Ende des Berichts). Für die ersten oder letzten 3 Wochen der Ferien kostet der Ferienpass 5,50 €, für die ganzen Schulferien 10 €. Bei Vorlage des Osnabrück-Passes

bekommt man ihn im Ferienpass-Büro und im Stadthaus II kostenlos. Man sollte sich den Ferienpass frühzeitig holen, weil man sich für einige Veranstaltungen anmelden muss und diese oft schnell ausgebucht sind. Der Verkaufsstart ist am 04. Juni und anmelden kann man sich bis zum 17. Juni.

Weitere Informationen gibt es unter: <http://www.ferienpass.osnabrueck.de> bzw. Tel.: 0541/ 323-3062 und in einer App für Android und Iphone. Zu Freizeiten und Tagesfahrten im gesamten Jahr 2018 kann man eine Broschüre im Haus der Jugend und anderen Zentren bekommen.

Übrigens: In den meisten anderen Gemeinden in Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen, z.B. Landkreis Osnabrück oder Kreis Steinfurt, gibt es besondere Ferienangebote für Kinder und Jugendliche. Informationen gibt es in den Rathäusern.

Christian Herrmann, Nga Herrmann-Vu



orts) zur Verfügung gestellt worden. Die Beratungsstelle sei in 2017 und 2018 schnell gewachsen, berichtet Sandra Steinkühler. Heute sind insgesamt 15 Personen im Team, darunter eine Ergotherapeutin, eine Sozialarbeiterin und eine Therapeutin, die schon seit Beginn an Bord ist. Sie ist sowohl im PSZ tätig als auch mittlerweile abgesandt in eine psychiatrische Klinik, um dort für die Zielgruppe zu arbeiten und die Zusammenarbeit beider Einrichtungen auszubauen. Sechs Honorartherapeuten, dazu drei studentische Hilfskräfte und Praktikanten erweitern das Angebot.

Die Praxis ist liebevoll eingerichtet worden und strahlt Ruhe aus. Zur großen Eröffnungsfeier 2017 gab es freud erfüllte, aber auch kritische Worte. Die Anwesenden sind froh, dass es nun diese Versorgungsform in Osnabrück gibt. Die Landesmittel, die das breite Angebot mit ermöglichen, laufen Anfang 2019 aus. Wie es weitergehen wird ist noch offen - zum Nachteil der Patienten, wenn bis Ende 2018 keine Anschlussfinanzierung sichergestellt werden kann.

Die Patienten stammen momentan zu 60 bis 70 Prozent aus den Landeserstaufnahmeeinrichtungen (Newcomers nennen sie Camps) in Bramsche und Osnabrück. 30 bis 40 Prozent sind Menschen aus unserer oder umliegenden Kommunen. Es sei schwierig, für die Patienten aus den ‚Camps‘ konstante Angebote aufzulegen. Abschiebung und freiwillige Rückkehr ständen dem im Weg. Man könne nie absehen, wie lange man mit den Klienten arbeiten könne, so Steinkühler.

Das Zuständigkeitsgebiet des Osnabrücker PSZ ist groß. Nicht nur die Region Osnabrück ist abzudecken. Auch das Emsland. Grob gesagt gibt es einen Radius: Bis zu zwei Stunden entfernt wohnende Menschen kommen in die Lotter Straße.

Das PSZ bietet offene Sprechstunden an. Sie finden zweimal in der Woche statt und werden durch Dolmetscher begleitet, hauptsächlich auf Arabisch, Kurdisch, Persisch und Albanisch / Serbisch. Es findet Beratung statt, eine Bestandsaufnahme, wie es der Person geht. Die Symptomatik ist Thema und wie es weitergehen kann. An dieser Stelle sei sehr viel Aufklärungsarbeit zu leisten – und „ganz viel Krisenintervention“, so Steinkühler. Hier könne man sich „mal ganz auf sich konzentrieren“. Stabilisierende Gespräche werden geführt. Oftmals reichten schon 20 bis 30 Minuten pro Person und Gespräch aus, um etwas Abhilfe zu schaffen. Apropos, die beauftragten Dolmetscher nehmen dabei eine besondere Rolle ein. Viele Patienten wünschen sich muttersprachliche Therapie, wofür die Therapeuten fehlen. Der Patient müsse dem Dolmetscher vertrauen können. Erklärungsarbeit hierfür sei zu leisten, um Misstrauen zu nehmen, und die Dolmetscher sollten nicht wechseln.

Auch wünschten sich viele Patienten, wertgeschätzt und ernst genommen zu werden. Hier hören sie, dass es nicht nur ‚mich‘ betrifft, dass genau das Gegenteil der Fall ist. Suizidalität sei ein großes Thema. Bei vielen sitzt die Angst, abgeschoben zu werden, tief.

Wenn klar ist, wie der Klient versorgt werden muss, werden im zweiten Schritt die Rahmenumstände geklärt: Besteht Krankenversicherungsschutz? Wie steht es um die Mobilität der Person? Wird ein Dolmetscher benötigt? Es erfolgt Schritt drei, die begleitete Weiterweisung an niedergelassene Therapeuten, die Klärung der Kostenübernahme und bei spezifischen Themen die Weiterleitung an andere Beratungsangebote, z.B. beim Thema Familiennachzug.

Weiter Seite 5 ▶

Wir können nur erahnen, was für eine enorme Belastung eine Flucht im Leben eines Menschen darstellt. Furchtbare Dinge werden gesehen und erlebt. Einige erkranken daran psychisch, benötigen Unterstützung. Nicht jeder kann direkt nach der Ankunft im Asyl über das Erlebte sprechen. Umso wichtiger ist es, dass Betroffenen in vertrauensvoller Umgebung Zeit gegeben wird, sich zu öffnen – wenn und wann immer sie das brauchen und können.

Das Psychosoziale Zentrum (PSZ) in der Lotter Straße 104 ist ein solcher vertrauensvoller Ort. Das Netzwerk für traumatisierte Flüchtlinge in Niedersachsen e.V. (NTFN) hat die Beratungsstelle eingerichtet. Sie besteht seit Oktober 2016. Los ging es mit einer halben Arbeitsstelle für die Leitung und zum Aufbau des PSZ. Sandra Steinkühler hat sich dieser anspruchsvollen Tätigkeit seitdem angenommen. Sie ist zugleich Flüchtlingssozialarbeiterin des Caritasverbandes in der Stadt und Teil der Koordinierungsstelle Flüchtlingssozialarbeit.

Seit Bestehen sind zahlreiche Geflüchtete (im Folgenden Newcomers, also Neuankommende, genannt) hier unterstützt worden. Dann hat das Land Niedersachsen Mitte 2017 das Projekt „refuKey“ ins Leben gerufen, finanzielle Mittel sind für die Arbeit in Osnabrück (und anderen-



Wendet sich die Person in einem akuten Zustand an das PSZ und fehlt es am Krankenversicherungsschutz, können einzeltherapeutische Gespräche zur Überbrückung angeboten werden – durchaus auch über einen längeren, vorher abgestimmten Zeitraum, abhängig von der Schwere der Störung.

Überdies gibt es mehrere Gruppenangebote. Zurzeit sind es vier, bald wird es ein fünftes geben. Eine geschlossene Psychoedukationsgruppe gibt es. Sie ist speziell für Afghanen eröffnet worden. Afghanen haben in 2017 den Hauptteil der PSZ-Patienten ausgemacht. Themen für sie sind: Schlafhygiene und die Erklärung, wie Ängste, Traumata und psychische Störungen entstehen und verlaufen. Die anderen Gruppen sind offen für jeden und fortlaufend. Da gibt es eine Kreativgruppe für Jugendliche, eine Alltags- und Handwerksgruppe für junge Männer und Entspannungsgruppen. Frauen und Männer entspannen sich separat. Bald wird es eine Mutter-Kind-Gruppe geben.

Die Patienten wenden sich mit unterschiedlichen Störungen an das PSZ-Team. „Mich lassen die Erinnerungen nicht los“, berichten manche. Menschen

wachen nachts schreiend auf, sie haben Alpträume. Angstzustände haben sie und manchmal auch ihren „Kopf noch ganz woanders“.

Sie erkennen, dass man sich trotz Arbeit und Wohnung nicht gut fühlt. Die meisten werden durch Depressionen und posttraumatische Belastungsstörungen gelähmt. Die Menschen sind traurig. Manche wenden sich mit Psychosen, Wahn oder Zwängen an das Team. Jugendliche sind sehr traurig, da die Familien im Heimatland und somit weit weg sind. Frauen, die Missbrauch erlebt haben, wenden sich an das Team. Kinder verhalten sich mitunter aggressiv. Sie haben Schlimmes erlebt oder mit angesehen. Manche haben darüber ihre Sprache verloren.

Trotz aller Unterstützungsmöglichkeiten hat die Arbeit des Teams ihre Grenzen, etwa wenn ein längerer stationärer Klinikaufenthalt nötig wird, oder wenn Klienten nicht absprachefähig sind. Für fachärztliche Aufklärungen und eine medikamentöse

Abklärung überweisen die Mitarbeiter an niedergelassene Psychologen. Es sei leider nicht einfach, einen niedergelassenen Psychologen oder einen Psychotherapeuten zu bekommen. Und letztendlich herrscht manchmal Ohnmacht wegen des Asylsystems: „Irgendwann ist man mit seiner Beratung am Ende“, man müsse die asylrechtliche Ausgangslage „aushalten“. Aber man verleihe dem Menschen, der das durchmache und aushalten müsse, Worte, wenngleich keine falschen Hoffnungen geweckt würden, beschreibt Sandra Steinkühler.

Zum Ende des Gesprächs mahnt sie zur Achtung: Nicht alle Menschen könnten und wollten sich öffnen. Unterstützer meinen es gut mit den Newcomers, versuchen sie zur Therapie zu bewegen. Zwang sei nicht hilfreich. Erfahrungsgemäß müssten es die Klienten selber wollen, über sich zu sprechen und an sich zu arbeiten.

Kapazitäten für Neuaufnahmen seien vorhanden. Das PSZ steht offen für die Menschen.

Vielen Dank für das Gespräch, Sandra Steinkühler. Das ZIVOS-Team wünscht weiterhin alles Gute für die wichtige Arbeit mit den neuzugewanderten Menschen.

Lars Brink

Impressum:

Herausgeber: Initiative ZIVOS

Redaktion: Barbara Behnen
Layout: Tatiana Kudrinskaya

Kontakt: redaktion.zivos@osnanet.de
Homepage: www.zivos-zeitschrift.de

Individual.Druck Pferdestraße 17 - 49084 Osnabrück



Gefördert durch
die Stadt Osnabrück,
Fachdienst Integration

Es gibt seit einigen Monaten einen neuen ambulanten Pflegedienst in Osnabrück. „Davon gibt es doch viele!“, wird der eine oder andere darauf sagen. Der ASA Pflegedienst hat allerdings eine Besonderheit. Welche, das erfahren Sie im folgenden Interview mit der Firmengründerin Bahar Kabaktepe:



ZIVOS: Frau Kabaktepe, stellen Sie sich bitte kurz vor!

Frau K.: Mein Name ist Bahar Kabaktepe. Wie mein Name erkennen lässt, habe ich türkische Wurzeln. Als ich 12 Jahre alt war, kam ich nach Deutschland. Die ersten Jahre waren für mich und meine Geschwister nicht einfach, denn wir sprachen kein Wort Deutsch. In der Schule begegneten wir zu unserem Glück einer verständnisvollen Lehrerin, die uns sehr gemocht und unterstützt hat. Mit ihrer Hilfe lernten wir schließlich schnell. Ich bin von Natur aus ein ehrgeiziger Mensch. Nach dem Hauptschulabschluss besuchte ich die Realschule und im Anschluss die höhere Handelsschule. Danach machte ich eine Lehre als Arzthelferin. Einen Beruf zu haben und die Sprache des Landes, in dem man lebt, zu sprechen, waren mir enorm wichtig!

1990 habe ich meinen jetzigen Mann geheiratet. Ich arbeitete ungefähr noch ein Jahr

als Arzthelferin, bis mein erstes Kind geboren wurde.

ZIVOS: Wie ging es dann für Sie weiter?

Frau K.: Ich legte für 10 Jahre eine Familienpause ein, um für meine Kinder da sein zu können. Nachdem 1998 meine jüngste Tochter geboren wurde und sie in einem relativ selbstständigen Alter war, sah ich die Zeit gekommen, mir einen weiteren Lebensraum zu erfüllen.

ZIVOS: Welchen Traum?

Frau K.: Ich wollte schon immer Medizin studieren. Dieses Ziel habe ich über die vielen Jahre hinweg nie vergessen. Ich entschloss mich, am Abendgymnasium mein Abitur nachzuholen. Ein Medizinstudium schien für mich nicht mehr realisierbar, deshalb entschied ich mich für ein Psychologiestudium, was mich ebenso stark interessierte! 2012 habe ich mein Studium zur Diplom-Psychologin erfolgreich abgeschlossen, danach besuchte ich ein Jahr eine Weiterbildung zur psychologischen Psychotherapeutin.

ZIVOS: Wann und aus welchen Beweggründen haben Sie den ASA Pflegedienst gegründet?

Frau K.: Den Bedarf habe ich schon vor vielen Jahren festgestellt. In den türkischen Gemeinden gibt es eine Vielzahl von Personen, die sprachlich sehr unsicher sind und ihre Rechte nicht kennen. Gleichzeitig haben sie große Hemmungen, sich professionelle Hilfe zu holen. Weiterhin habe ich festgestellt, dass es viele Personen gibt, die sich durch die Pflege Angehöriger unnötig überlasten. Diese Erkenntnisse motivierten mich, den ASA Pflegedienst im Dezember 2017 zu gründen.

ZIVOS: Wie viele Mitarbeiter beschäftigen Sie? Welche Besonderheiten bringen sie mit?

Frau K.: Ich habe inzwischen 5 Mitarbeiter. Unser ambulanter Pflegedienst ist multikulturell, d.h. wir bieten unsere Dienste außer in der deutschen Sprache aktuell auch in Bosnisch, Polnisch und Türkisch an. Unser Angebot soll in Zukunft noch auf Arabisch und Russisch erweitert werden.

ZIVOS: Was ist der Grund für

Kontakt:

ASA
Ambulanter Pflegedienst
Meller Landstr.50
49086 Osnabrück
Tel.: 0541-76026260
Mobil: 0176-57767854
info@asa-pflege.de
www.asa-pflege.de



eine solche Sprachenvielfalt?

Frau K.: Die Zeiten, in denen Familien als Großfamilien zusammenlebten, sind vorbei bzw. es gibt sie nur noch selten. Inzwischen sind auch viele Frauen berufstätig.

Meine Erfahrung ist: Sollte nun jemand mit der Pflege überfordert sein, so wählt er oder sie jemanden mit derselben Muttersprache. Nicht-Deutschstämmige unterstützen wir ebenfalls beim Ausfüllen von wichtigen Formularen.

ZIVOS: Welche Dinge liegen Ihnen bei Ihrer Tätigkeit besonders am Herzen?

Frau K.: Die Menschlichkeit. Wir möchten keine Massenabfertigung. Pflegedienste sind hart umkämpft. Uns ist es deshalb wichtig, in unserer Arbeit unsere Menschlichkeit zu wahren und uns so viel Zeit für den Einzelnen zu nehmen, wie er braucht.

Der persönliche Kontakt liegt uns sehr am Herzen. Wir sind sehr darauf bedacht, kultursensibel zu arbeiten, sowohl bei Personen mit ausländischen Wurzeln als bei denen mit deutschen.

ZIVOS: Welche Dienste bieten Sie neben der ambulanten Pflege an?

Frau K.: Die ambulante Pflege wird mit der Psychotherapie unter einem Dach angeboten. In unserer Praxis arbeitet neben mir noch eine weitere Kollegin. Ich biete die Verhaltenstherapie an, meine Kollegin wird die tiefenpsychologische Therapie übernehmen. Eine deutsch- und türkisch sprachige Diätassistentin ergänzt seit kurzem unser Angebot in Form von Ernährungsberatung und Diättherapien.

ZIVOS: Gibt es Pläne für die Zukunft?

Frau K.: Wir würden in Zukunft gerne noch weitere Bereiche kultursensibel erschließen wollen. Eine ambulante Wohnbetreuung z.B., bei der psychisch Kranke zu Hause betreut werden, ist ein zukünftiges Projekt. Ein weiteres wäre eine kultursensible sozialpädagogische Familienhilfe.

ZIVOS: Wir danken Ihnen, Frau Kabaktepe, für das interessante Gespräch und wünschen Ihnen für die Zukunft alles Gute und viel Erfolg in Ihren Vorhaben!

Johanna Karapinar



Im Chor singen deutsche und russische Sänger gemeinsam. Das Programm enthält vorwiegend deutsche Volkslieder, die schon unsere Vorfahren gesungen haben.

Zurzeit gehören zur „Wolgawelle“ 33 Mitglieder.

Seit 15 Jahren leitet Richard Fischer den Chor. Er ist uns treu und richtet sich danach, was uns gefällt. Der Chorleiter begleitet uns auch auf dem Akkordeon. Er und viele Sänger stammen aus der Wolgaregion, deshalb hat der Chor den Namen "Wolgawelle".

Wenn wir russische Lieder singen, schrei-

ben wir für die Einheimischen den Text in deutschen Buchstaben auf. Dann klappt alles. Mehrmals im Jahr organisiert die Landsmannschaft der Deutschen aus Russland Veranstaltungen, an denen sich der Chor beteiligt.

Der Chor hat ein unterschiedliches Repertoire (z.B. Weihnachtslieder und Kinderlieder) und singt ehrenamtlich in Altersheimen sowie für Eltern und Kinder.

Regelmäßig singt der Chor jedes Jahr bei der zentralen Gedenkfeier der Landsmannschaft für die Gefallenen des Zweiten Weltkrieges in Friedland.

Wir laden alle Interessenten ein, an den Proben teilzunehmen, die jeden Montag ab 16 Uhr im Kapitelsaal der Johanniskirche



(Innenstadt, Johannisstraße) stattfinden.

Wir haben auch eine Tanzgruppe, in der wir internationale Tänze lernen. Die Gruppe findet montags ab 17 Uhr statt, ebenfalls in der Johanniskirche. Auch hier sind Interessenten herzlich willkommen.

Ludmila Klotz
Mitglied der Landsmannschaft
Deutsche aus Russland /
Ostgruppe Osnabrück



Die Regenbogenschaukel

An einem kalten Wintermorgen schaute Alma aus dem Fenster ihres Zimmers. Von dort sah sie auf einen kleinen Hügel mit einer schönen Schaukel.

Die Farben der Schaukel waren sehr schön, deshalb wurde sie „die Regenbogenschaukel“ genannt.

Alma sah auf die Regenbogenschaukel, und sie war sicher, dass die Schaukel traurig war.

Sie entschied sich, ihre Mutter zu fragen.

Die Mutter erzählte ihr, dass die Schaukel traurig sei, weil sie im Winter oft nass sei und alle Kinder zu Hause blieben und niemand auf ihr schaukele.

Alma fühlte, dass die Schaukel wirklich traurig war.

Sie erinnerte sich, dass sie seit dem Beginn des Winters nicht mehr auf der Regenbogenschaukel geschaukelt hatte.

Alma saß am Fenster und beobachtete die Wolken am Himmel. Dann fragte sie die Wolken nach der warmen Sonne.

Die Wolken erzählten Alma, dass der Winter sehr lang sei, und sie solle auf den Frühling warten. Ein verständiges Kind müsse akzeptieren, dass der Frühling noch nicht da sei.

Am nächsten Morgen zog Alma ihren Wintermantel an, und sie ging mit ihrer Mutter zur Regenbogenschaukel.

Als sie dort ankamen, erwartete sie eine große Überraschung!

Der weiße Schnee bedeckte den ganzen Ort, und die Schaukel sah wunderschön aus!

Die Schaukel war noch schöner geworden!

Alma freute sich, und sie wusste endlich: Das Glück kommt, wenn wir uns entscheiden es zu fühlen!

Hanan Edris

Bild: Sonja Rohe



نظرت ألى في صباح يوم شتوي بارد، لنافذة غرفتها، تلك التي تطل على تلة صغيرة، تقوم عليها أرجوحته المفضلة، والتي اعتادت الاطمئنان عليها كل يوم! "أرجوحة قوس قزح" هو الاسم الذي فضلت ألى أن تطلقه على أرجوحته، لأن ألوانها كانت أكثر ما يجعلها جميلة و براقّة.

واصلت ألى النظر باتجاه أرجوحة قوس قزح لتجد ملامح الحزن مرتسمّة على وجه الأرجوحة الملونة تلك، و قررت على الفور أن تسأل والدتها عن سبب الحزن الذي يحيط بالأرجوحة، عندها أخبرتها والدتها، أن أرجوحة قوس قزح اشتاقت لأطفال الحي الذين غابوا عنها منذ أن أقبل الشتاء، شعرت ألى أن أرجوحته حزينة بالفعل، كما وأيقنت أنها هي أيضاً لم تزر أرجوحته منذ أن غابت الشمس الدافئة، جلست بحيرة تراقب غيوم السماء وتسالهم جميعاً عن خيوط الشمس الذهبية، حزنت الغيوم وتأثرت بمشاعر ألى وشوقها لأرجوحة قوس قزح لكنها أخبرتها أن الشتاء طويل وعليها أن تنتظر قدوم الربيع!

فكرت الأم كيف يمكن أن تساعد طفلتها على تجاوز مشاعر الحزن واستبدالها بمشاعر البهجة والسعادة، وأخبرتها أن الطفل المبدع هو من يخلق السعادة والفرح لا من يفكر بالحزن والكآبة، وعندها قررت ألى والدتها أنه يتوجب عليهما الذهاب لأرجوحة الحي في صباح اليوم التالي والاستمتاع بألونها البراقّة!

وفي الصباح ارتدت ألى معطفها الصوفي وتوجهت بصحبة والدتها إلى أرجوحة قوس قزح، لتجد الثلج الأبيض قد ملأ المكان وزاد أرجوحته جمالاً! علت الفرحة وجه ألى و أيقنت أن السعادة الحقيقية تأتي عندما نلزم أنفسنا بالشعور بها!

Purnima-Fest

Am 27. Juli 2018 wird in Indien und insbesondere im Norden Indiens das Gurupurnima-Fest gefeiert. Das Datum variiert leicht von Jahr zu Jahr, denn das Fest wird am Tag des Vollmonds im Monat "Ashad" (Juli-August) gefeiert. Das Gurupurnima-Fest steht für die Dankbarkeit und Ehrung der Gurus. Gurupurnima wird vielfältig gefeiert: Es werden Blumenopfergaben gereicht. Manche fasten. Andere bereiten Festspeisen zu und bieten sie an. Einige machen eine rituelle Waschung der Füße ihrer geistigen Mentoren, ihrer Gurus.

Diese Fotos! Sie zeigen einen ganz anderen Zugang zum Feiern. So viele Farben, so viele weiße und rote Trachten, so viele Tänze, so viele Masken... Können wir mit dem inneren Auge sehen, was sich dahinter verbirgt? Ziel wäre es, fremde Traditionen, Haltungen, Hoffnungen und Sitten so zu betrachten, dass wir sie wirklich schätzen - und nicht nur "interessant" finden. Wie ist dieses Fest zu verstehen?

Das Wort "Gurupurnima" besteht aus folgenden Silben: "Gu" bedeutet das "Dunkle" oder "Finstere" und "Ru" die "Beseitigung". D.h., dass ein "Guru" ein spiritueller Meister ist, der einem dabei hilft, die Helligkeit zu suchen und das Dunkle hinter sich zu lassen; er ist der Helfer auf dem geistigen Weg. "Purnima" heißt "Vollmond" und "purna" bedeutet "voll" bzw. "erfüllt". Beim Purnima-Fest ehrt man Personen, die einen auf dem Weg der Vervollkommnung unterstützen und führen. Ein Guru kann ein persönliches Vorbild und Mentor sein. Es kann aber auch Vyasa sein, das Vorbild aller Gurus. Vyasa lebte vor ca. 3500-5000 Jahren, je nach Literaturquelle. Ihm wird zugeschrieben, die Vedas, die heiligen Schriften der Hindus, klassifiziert und außerdem noch die Epik "Mahabharata" geschrieben bzw. zusammengetragen zu haben. Von ihm stammt der Spruch "Führe alle Arbeiten mit Sorgfalt aus, von Mitgefühl getragen/geleitet".

Im Hinduismus ist man bestrebt, die Zeichen der Göttlichkeit in allen Lebewesen, in allen Erscheinungsformen zu sehen - und in allen Veränderungen dieser Lebewesen und Erscheinungsformen (ob die jeweilige Form entsteht, sich verändert oder vergeht) Teile des göttlichen Prozesses. Wenn das eigene Herz so vom Göttlichen erfüllt ist, wird Gott zu unserem eigenen Guru.

Lasst uns die Fotos vom Gurupurnima-Fest mit freundlichem Blick ansehen und über die Absicht dieses Festes der Hindus nachdenken!

Jane Vernon

Hamburger pie with carrots and peas sauce

Shortcrust pastry:

Mische in einer großen Schüssel 200g Mehl, etwas Salz und 125g Butter mit den Fingern zusammen (ich ziehe hierfür saubere Gummihandschuhe



an, um die Zutaten sanft zwischen den Handflächen zu reiben). Füge 2-3 Esslöffel kaltes Wasser dazu. Rolle den Teig zur Form eines Ball und lasse ihn eine Stunde abgedeckt im Kühlschrank ruhen.

Füllung:

Dünste 1/2 Tasse gehackte Selleriestangen, eine kleine Zwiebel, 1/4 Tasse grüne Paprika in 2 Esslöffeln Öl. Füge 500g Rinderhackfleisch hinzu und brate es, bis es braun ist. Füge eine Dose Tomatensuppe und 1/2 Teelöffel Salz hinzu. 15 Minuten köcheln und dann etwas abkühlen lassen. Backofen auf 200 Grad Cel. vorheizen. Kuchen-/Auflaufform einfetten.

Shortcrust pastry aus dem Kühlschrank nehmen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche 2/3 ausrollen und in die Backform legen. Die Backform mit der Fleischmischung füllen. Den restlichen Teig ausrollen und die Fleischmischung damit abdecken. Die Kanten des Teiges mit den Fingern zudrücken.

Backofen bei 200 Grad Cel. für 45 Minuten.

Sauce:

Mit 3 Esslöffeln Butter, 4 Esslöffeln Mehl, 2 Tassen Wasser und 2 Würfeln Fleischbrühe (oder 2 Tassen Milch und etwas Salz ohne Fleischbrühe) eine Mehlschwitze machen. Aufkochen bis die Sauce dickflüssig ist. 1 Tasse gefrorene Möhren, eine Tasse gefrorene Erbsen, 1 Esslöffel Petersilie, Salz nach Bedarf hinzufügen.

(Für die Vegetarier: Ich habe das Kochrezept noch nie mit Kidneybohnen gemacht, denke aber, es könnte gelingen.)

Jane Vernon

